



Le qi gong anti-a?ge (DVD-ROM inclus)

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Le qi gong anti-a?ge (DVD-ROM inclus)

Yves Réquéna

Le qi gong anti-a?ge (DVD-ROM inclus) Yves Réquéna

Le Qi Gong anti-âge s'adresse à tous, même aux jeunes, car il vise l'état de supra- santé. C'est en optimisant la santé à chaque instant, en fortifiant ses énergies et sa vitalité que l'on peut faire reculer l'âge, ralentir les risques liés au vieillissement. Le Qi Gong est si puissant qu'il permet de récupérer des fonctions qui commencent à faiblir : flexibilité des articulations et disparition des douleurs articulaires, récupération d'états cardio-vasculaires, stimulation de l'immunité, renforcement de la mémoire et de la concentration, tonification des muscles des jambes et renforcement de l'équilibre... Pour ne citer que quelques exemples.

 [Télécharger Le qi gong anti-a?ge \(DVD-ROM inclus\) ...pdf](#)

 [Lire en ligne Le qi gong anti-a?ge \(DVD-ROM inclus\) ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne **Le qi gong anti-âge (DVD-ROM inclus) Yves Réquéna**

223 pages

Présentation de l'éditeur

Le Qi Gong anti-âge s'adresse à tous, même aux jeunes, car il vise l'état de supra- santé. C'est en optimisant la santé à chaque instant, en fortifiant ses énergies et sa vitalité que l'on peut faire reculer l'âge, ralentir les risques liés au vieillissement. Le Qi Gong est si puissant qu'il permet de récupérer des fonctions qui commencent à faiblir : flexibilité des articulations et disparition des douleurs articulaires, récupération d'états cardio-vasculaires, stimulation de l'immunité, renforcement de la mémoire et de la concentration, tonification des muscles des jambes et renforcement de l'équilibre... Pour ne citer que quelques exemples. Biographie de l'auteur

Yves Réquéna, docteur en médecine, s'est spécialisé en médecine chinoise dès 1970. Il a consacré 40 années de sa vie à l'acupuncture, à la phytothérapie et au Qi Gong. En 1989, il crée l'Institut Européen de Qi Gong en France afin d'établir le standard de formation professionnelle de cette discipline. En même temps, il participe à la promotion de cette méthode ancestrale en Europe, aux Etats-Unis, au Canada et en Amérique latine, où ses livres sont traduits et diffusés. La plupart de ses ouvrages sont écrits en style simple à la portée de tous, et illustrés par des DVD permettant une compréhension facilitée des exercices qu'il propose et enseigne.

Download and Read Online **Le qi gong anti-âge (DVD-ROM inclus) Yves Réquéna #ZMAPN0HFXU8**

Lire Le qi gong anti-a?ge (DVD-ROM inclus) par Yves Réquéna pour ebook en ligneLe qi gong anti-a?ge (DVD-ROM inclus) par Yves Réquéna Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Le qi gong anti-a?ge (DVD-ROM inclus) par Yves Réquéna à lire en ligne. Online Le qi gong anti-a?ge (DVD-ROM inclus) par Yves Réquéna ebook Téléchargement PDFLe qi gong anti-a?ge (DVD-ROM inclus) par Yves Réquéna DocLe qi gong anti-a?ge (DVD-ROM inclus) par Yves Réquéna MobipocketLe qi gong anti-a?ge (DVD-ROM inclus) par Yves Réquéna EPub
ZMAPN0HFXU8ZMAPN0HFXU8ZMAPN0HFXU8